http://www.riteway-jp.com

よくわかる ライフスタイル バイク

最近なんとなく気になる自転車。
なんだかエコらしく、メタボにも良いとか・・・・。
だけどツールドフランスのように走るなんて、
ちょっと言外。
わたしはわたし流。それでいい。
スポーツバイクで「わたし」が表現できたら素敵。
・・・・・・・・・・・。

そんなあなたを輝かせる
ライフツールとしての自転車(バイク)。
「ライフスタイルバイク」が今、注目を浴びています。
ライフスタイルバイクはいろいろ。
健康にしてくれたり、環境にもやさしく、
そして経済性の高いツールのひとつ。
わたし達ライトウェイプロダクツジャパンでは、
これからライフスタイルバイクを始めようとする方々に、
その選び方や使い方、あるいは知っていただけると重宝する
コツの数々をまとめてみました。
意外に目からウロコかもしれませんし、
もう知っていることばかりかもしれません。
続編もこれから出てまいります。
ライフスタイルバイクのある生活を
始めてみませんか？

FELT bicycles RITEWAY GT BICYCLES

ライフスタイルバイクってなに？

あなたのライフスタイル、教えてください。

なんだか自転車ってエコらしい。
メタボは気になるけど、ジムトレーニングは3回で挫折した。
メッセンジャーバッグってカッコイイ。
最近自転車が気にかかる。
自転車に乗りたい!

これからスポーツバイクを始めようとされる方に提案するのが「ライフスタイルバイク」です。いろいろな趣味やスタイルがあるように、自転車の楽しみ方も人それぞれ。そんな様々な楽しみに合わせた、あなたのライフスタイルに取り入れられる自転車。それがライフスタイルバイクです。

「速く走りたい方」「自転車通勤したい方」「のんびり街乗りしたい方」「自転車で散歩したい方」など、それぞれに適したライフスタイルバイクがたくさんあります。

たとえばこんな特長があります。

RITEWAYの特長

ライフスタイルバイクの代表、RITEWAY（ライトウェイ）についてその特長をご紹介します。

日本人にピッタリフィットする設計

NFデザイン〈Nissy Folk Desigin〉

すべてのRITEWAYは、日本人にぴったりフィットするNFデザインによりつくられています。日本人フレームビルダーニッシー（Nissy）により考案されたNFデザイン（Nissy Folk Design）は産業技術総合研究所の日本人生体計測データや、モデリングなどの最新データに深い経験を加味しています。

親しみやすいカラーリング

KEI'S グラフィック〈KEI'S graphic〉

新進アーティストとして、日本画の繊細さを生かした技術を生み出したKEI。一方でRITEWAY PRODUCTS JAPANの辣腕営業部員として活躍しつつ新たな展開を自転車に見い出し、どこか懐かしく親しみのある独特のグラフィックを完成させました。

輝き長持ち

DCCフィニッシュ〈Double Clear Coating Finish〉

新車時の輝きを長く保ったり、紫外線による退色を最小限にするためRITEWAYブランドすべての自転車には「DCC」と呼ばれる高品質な塗装を採用しています。できるだけ長く、できるだけ美しく楽しんで欲しいという願いも込めています。

開発スタッフ Nissy & KEI

内外のスポーツバイクに精通するNissy（左）とRPJの営業としての顔も持つKEI（右）。

Nissy（西原 毅）の略歴
大手コンピュータソフト会社、大手自転車販売店店長をへて、1998年アメリカオレゴンの「バイクスクール入学」。
帰国後、より自由な発想を求めニッシーワークスとして独立し研究開発に注力。
スポーツバイクに対する知識と情熱は他の追随をゆるさないものがある。
1967年大阪生まれ、芝浦工大卒業。

KEI（難波江 啓）の略歴
独自の油彩技法により、日本のライフスタイルをモチーフに創作活動を開始。
しらさぎ美術館、東秩父美術館、横須賀アリーナなどに収蔵。
現在　ライトウェイプロダクツジャパン勤務。イラストレーション、グラフィックを手掛ける。
1981年仙台生まれ、文星芸術大卒。

シンボルマークはこうしてできました。

ライフスタイルバイクのシンボルマークは、○が車輪をイメージしています。ヒトの形が少しずつちがっていますが、これは自転車の様々な使い方（ゆっくり走ったり、スピードを出したりなど…）をイメージしたものです。

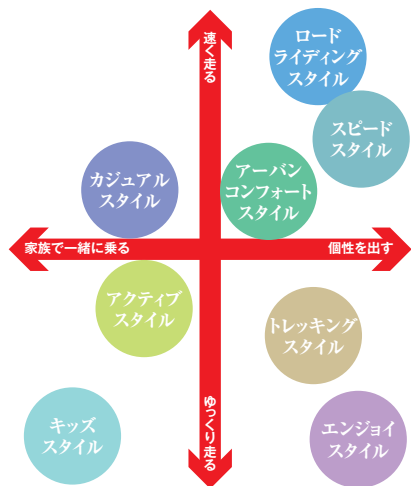
つまり色々なライフスタイルの中で自転車を楽しんでほしいという願いをこめています。　RITEWAY、FELT、GTのライフスタイルバイクすべてに表示されています。

このマークは2004年全国公募において最優秀賞を受賞し採用されました。

1台目はこうしてえらびましょう

あなたがお求めのスタイルは？

一口にライフスタイルバイクといってもたくさんの種類があります。まず考えてほしいのが走るスピード。速く走りたいのか、ゆっくりなのか？次いで自分の個性を重視するのか、家族の方々と一緒に楽しむかで選ぶバイクがちがってきます。たとえばメタボ解消のため、そこそこスピードが出てちょっと個性的なバイクならスピードスタイルがおすすめです。くわしく解説したライフスタイルバイクカタログが用意されておりますのでぜひご一読ください。また、お好みのスピードや使い方をお店の方に伝えれば適確なアドバイスが得られることでしょう。

ライフスタイルバイクのスタイル

お洋服のようにカラダにあわせましょう

同じモデルでもいくつものサイズがある。それがライフスタイルバイクです。洋服と同じように、足の長さや腕の長さを重視していること。またがって両足のつま先がちょこんとついて、自然な前傾になれば、ピッタリです。カタログの適正身長はあくまで目安。実際にまたがってチェックしてみることをおすすめします。

ライフスタイルバイクショップの中には試乗車があって、実際に乗ることもできるお店があります。　www.riteway-jp.com/dealers/lb

はてな？これなんのマーク？

RITEWAYブランドのバイクにはユニークなマークが書かれています。実はそのマークでモデルの個性を示しています。

ウグイス：空をとぶ鳥のようなかろやかなイメージ。
シェファードアイアンに採用しています。

稲穂：落ちついた「豊穂」のイメージ。
ファータイルに採用しています。

猫：テーマカラーのミケネコブラウンからイメージしました。
とぼけているけどかわいらしいパスチャーに採用。

他にもあります。
あなたのライフスタイルバイク選びの参考にしてください。

いいカラダをつくりませんか？

ライフスタイルバイクでメタボ解消！

ライフスタイルバイクを上手に活用すれば生活習慣病の予防ができます。自転車は、ランニングや水泳とならんでとても効率的なエクササイズと言われています。特に自転車は、ひざに負担がかからないこと、特別な場所を必要としないのでたとえば通勤と組み合わせることで、自然な形で生活習慣病の予防が可能です。

メッツ：活動の強さをあらわします。

エクササイズ：活動の量をあらわして、
メッツに時間をかけたもの
（メッツ）×時間

例：1エクササイズ=1メッツ×1時間

4メッツ以上の運動

メッツ	活動内容	1エクササイズに相当する時間
4.0	速歩（平地、95～100メートル/分程度）、水中運動、水中で柔軟体操、卓球、太極拳、アクアピクス、水中体操	15分
5.0	ソフトボールまたは野球、子供の遊び（石けり、ドッジボール、遊技具、ビー玉遊びなど）、かなり速歩（平地、速く＝107メートル/分）	12分
6.0	ウエイトトレーニング（高強度、パワーリフティング、ボディビル）、美容体操、ジャズダンス、バスケットボール、ジョギングと走行の組み合わせ（ジョギングは10分以下）、スイミング：ゆったりしたストローク	10分
6.5	エアロビクス	9分
7.0	ジョギング、サッカー、テニス、水泳：背泳、スケート、スキー	9分
8.0	サイクリング（約20キロ/時）、ランニング:134メートル/分、水泳:クロール、ゆっくり（約45メートル/分）、軽度～中強度	8分
10.0	ランニング：161メートル/分、柔道、柔術、空手、テコンドー、キックボクシング、ラグビー、水泳：平泳ぎ	6分

厚生労働省資料（2006）より抜粋

厚生労働省のエクササイズガイド2006によれば生活習慣病予防には、週23エクササイズが必要と言われています。

サイクリング（20km/時）：8.0メッツ
23（エクササイズ）÷8（メッツ）≒2.9（時間）

つまり週3時間のサイクリングで目標運動量が達成できる計算になります。ママチャリで20km/時はきついので、やはりライフスタイルバイクがピッタリですね。

（※）くわしくは厚生労働省www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou

カスタマイズしてみませんか？

価格は予告なく変更される場合があります。
取付工賃は含まれておりません。

自分だけのライフスタイルバイクが、こんなにかんたんにできる。

小物を入れる
サイドバック
〈BBBクイックバック〉
＃013112　￥2,310

大量の荷物が入って落さない
サイドバック
〈CDキャリアバック〉
＃013909　￥19,740
〈CDキャリアベンデット〉
＃020731　￥11,340

快適な長距離用サドル
〈BBBウルトラベース〉
＃651681　￥6,825

LED内蔵1.02W相当の
バッテリーランプ
〈サーファスSL200〉
＃028312　￥3,360

人間工学に基いたにぎりやすい
バーエンド
〈BBBトレイルモンキー〉
＃474111　￥2,625

ツーリングの必需品
熱中症予防にも有効
ボトル〈BBBハイドロタンク〉
＃065000　￥682
ボトルゲージ
〈BBBフェーエルタンク〉
＃062003　￥945

携帯用
ポンプ
〈BBBウインドガン〉
＃046853　￥3,465

長距離快走ツーリング仕様

ライトやバック、ポンプなど、長距離を
快適に走るためにカスタマイズした例

ベースになったのは

RITEWAY.
SHEPHERD シェファード
￥44,940（税抜￥42,800）
サイズ：420、460、500、520
カラー：シークレットブラック、レークブルー
ライトターコイズ、貝がらホワイト

買物にも便利
カンタン取りはずし
ワンタッチバスケット
〈CDワンタッチバスケット〉
＃014151　￥2,940

お尻にやさしいと評判のサドル
〈サーファスMX-HP〉
＃651434　￥5,670

握りやすくすべらないグリップ
各色あり
〈サーファスコネクターSX〉
＃441417　￥2,100

バックも取付られる
リアキャリア
〈CDキャリアベンデッド〉
＃020731　￥11,340

雨にも安心 簡易ドロヨケ
〈ロードキャッチャーⅡ〉
＃365283　￥2,047

盗難対策のカギ
〈Vブレーキ台座取付式〉
＃030181　￥2,100

小物入れに便利
〈BBBツール＆チューブ〉
＃102197　￥735
ボトルゲージ
〈BBBフューエルタンク〉
＃062003　￥945

通勤＆デイリー仕様

脱着式バスケットやドロヨケに加え
快適なサドル、グリップでカスタマイズした例

ベースになったのは

RITEWAY.
FERTILE ファータイル
￥44,940（税抜￥42,800）
サイズ：380、460、500
カラー：シークレットブラック
レークブルー、貝がらホワイト

意外にカンタン！メンテの基本

空気を入れるには

1 まずあなたのバルブ（チューブの口金）をお確かめください。

ウッズ（英式）

シュレーダー（米式）

フレンチ（仏式）

2 ポンプの準備をしましょう。スポーツバイクには写真のようなフロアポンプが一本あると便利です。すべてのバルブに対応し、超高圧の120PSIまで楽々入ります。

ポンプの口金（米式、仏式）に対応します

英式のアダプターが付属しています

タイヤ側面

3 どれぐらい入れるか？正確な圧力はタイヤ側面に表示されています。写真のFP200なら正確な圧力ゲージがついているので簡単に調整できます。

4 フレンチ（仏式）バルブの場合空気を入れる前にバルブのネジをゆるめて頭を押すことが必要です。ポンプの口金を差しこむ時、写真のようにタイヤを押すとうまくいきます。

フレンチバルブの頭押し

タイヤを押して口金を差しこむ

5 圧力ゲージがない場合は、両手で押してカチカチの状態にしてください。

雨に降られた時は？

1 バイクに乗っていて雨に降られるとオイルが流れてしまいます。

2 その場合、注油が必要ですが、PEDROSのGOがおすすめです。GOは世界で唯一の、自然にもどる菜種油から作られたエコなオイルです。

3 ぞうきんでチェーンの汚れをさっと拭いてください。

4

チェーンマシン

チェーンをすばやくピカピカにするにはチェーンマシンがおすすめです。たとえばチェーンがきれいだと5%も速く走れることがあります。

5 注油は控え目に行ってください。全体に行き渡ったら余分な油をぞうきんでふき取って終了です。

注油例

出先でパンクしたら？

1 まず車輪をはずす準備。ブレーキを解除します。

ロードの場合

MTBの場合

2 クイックレバーを開きます。

クイックレバーの解除

3 車輪をはずします。フレームを持ち上げると車輪が下に落ちます。

4 タイヤのビードをおとして、タイヤをはずす準備をします。

5 タイヤレバーを差しこんでタイヤをはずしていきます。最後の方は手ではずします。

レバーを差しこむ

手ではずす

チューブをひきだす

6 新しいチューブに、ほんのすこし空気を入れて、チューブをバルブ穴に入れます。

7 バルブの所からタイヤをはめていきます。この時チューブをタイヤと車輪の間にはさみこまないよう注意してください。

8 チューブを入れる最後はかたいですが、手だけで入れてください。入れたあとは、バルブを押しこんだり、タイヤをもんだりしてうまくおさまっているか確認してください。

手だけで入れる

チューブのおさまりをみる

9 本格的に空気を入れてください。両手で押して「カチカチ」が基本。

10 車輪全体をもとにもどします。手に跡がついてしまうくらいカタクしてください。クイックレバーはまわさず閉じてください。その後ブレーキをもとにもどして終了です。

こんな用品がおすすめです

価格は予告なく変更される場合があります。

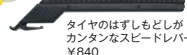
携帯用なら最初はすばやく入り、後は楽に高圧が入るパワーポンプ ￥2,940

取り付けカンタン、大容量のサドルバック ￥2,940

FP200フロアポンプ ￥3,990

自然にやさしい潤滑剤 ￥1,260

チェーン清掃が楽なチェーンマシン ￥4,179

カラフルなBBBタイヤレバー ￥399

タイヤのはずしもどしがカンタンなスピードレバー ￥840

BBBチューブ。万一のパンクの備えに。（￥735～￥1,470）

よくある質問ベスト10

Q1 ママチャリにくらべて、どうしてこんなに高いのですか？

A 楽に走るために、車体や部品に良いものを使用しているからです。ライフスタイルバイクの車体（フレーム）には、アルミ合金やクロモリなど高価な材料が使われ、手の込んだ工作がなされています。たとえばアルミフレームのライフスタイルバイクには、リプレーザブルハンガーが使用され、交換できるようになっています。また部品点数が多く、しかも高級なパーツを使用しています。この結果、ママチャリにくらべると高価になってしまいますが、とても軽く、ラクに走ることができます。

Q2 ママチャリとどこがちがうのですか？

A 高価な材料のフレームや部品を使用しているので、持っても、押しても、とても軽いです。同じように見えるかもしれませんが、お客様のライフスタイルにあわせて、様々な車種が用意されています。選ぶたのしさもあります。洋服のようにサイズ（注）がいろいろあります。これはお客様の体格にあわせて選んでいただくため。車輪の大きさだけではありません。できるだけラクチンに長く走るため、多くのモデルに変速機がついています。急な坂道も意外にらくらく登れますよ。（注）フレームサイズと言い、mm単位で車体の大きさを示します。身長や股下長を参考に適正なサイズを選びましょう。

Q3 ライトウエイってどんなブランドですか？

A 「ライトウエイ」はRiteway Products Japan（RPJ）という私たちの会社名に由来しています。RPJは、アメリカのGTや、ドイツのFELTなどを輸入し販売店に卸しているスポーツバイク専門の会社で、本社は池袋にあります。日本にスポーツバイクの文化を根付かせるため、日本人のために特別に開発されました。NFデザイン、KEI'Sグラフィック、DCCフィニッシュなどの独自技術でつくられ、日本でしか買えない、日本人のためのライフスタイルバイクです。

Q4 ライフスタイルバイクとロードレーサーと、どこがちがうのですか？

A 同じでもあり、違うともいえます。ロードレーサーもライフスタイルバイクの一部ですが、レース専用というより、軽さを生かしてゆったり楽しむ使い方をおすすめします。

Q5 ライフスタイルバイクはメタボ解消に有効ですか？

A 有効です。厚生労働省によれば、20km/hのサイクリングは速歩の二倍、ランニングと同程度の運動強度なので、効率よく運動できます。（P5参照）

Lifestyle Bike advocate by RITEWAY PRODUCTS JAPAN

Q6 ライフスタイルバイクはカーボンオフセットに貢献するのですか？

A たとえば自動車通勤をやめて自転車通勤にすれば、ハイブリット車をつかうより、ロスなくそっくりカーボンオフセットに貢献できます。ライフスタイルバイクは、ママチャリよりラクチンで無理なく走れるので、自転車通勤には最適ではないでしょうか？

Q7 自転車はどうやって収納するのですか？

A ライフスタイルバイクなどのスポーツバイクは、「雨ざらし」をできるだけ避けてください。たとえばチェーンがむき出しになっているので、さびやすかったりします。室内で保管するのが、自転車のためにも、防犯上もおすすめです。ヨーロッパでは、室内に上手に収納できる器具が開発されており、日本でも販売されていますので利用されてはいかがでしょうか？

BBB
バイク壁掛け用フック
￥1,890

いろいろな種類のバイクに
対応できる
BBB壁掛け用フック ￥1,050

BBB
簡単に組み立て可能な
折りたたみ式
バイク修理
スタンド
￥13,440

Q8 パンクしたらどうしたら良いのでしょうか？

A まず簡単にパンクしないようにするため、タイヤの空気はいつも確かめて、カチカチにいれてください。万一のパンクのときはチューブを交換することが多いようです。チューブ交換の手順は、このパンフの9ページを参照ください。

Q9 どんなところを走ったらいいのでしょうか？

A 自転車は左側通行です。車道の左寄りを走るのが原則で、歩道は例外です。普通自転車通行可の歩道でも、歩行者優先で、自転車は車道よりを徐行しましょう。

Q10 点検は必要でしょうか？

A 定期的な点検調整が必要です。点検を怠ると思わぬ事故をひきおこしたりしますし、定期的に各部の締めましが必要です。お買い上げのお店であれば、点検調整のほかにアドバイスや相談など様々なサービスが提供されています。専門知識も豊富ですので、ぜひご活用ください。

お願い

ライフスタイルバイクをご使用する時は特に次の点にご注意ください。

1、常に完全な整備状態で走行してください。
2、必ず施鍵してくたい。
3、夕方、夜間、夜明け前はヘッドランプやテールライト（リフレクター）をつけて走行してください。
4、ヘルメットをかぶるなど、安全に楽しむためにライダーの責任を果しましょう。
5、ライフスタイルバイクお買い上げの際には必ず取扱説明書をお読みください。

これは一例です。たくさんのモデルが紹介されている「ライフスタイルバイクカタログ」をご覧ください。

RITEWAY
PASTURE 2.0 パスチャー2.0
￥44,940（税抜￥42,800）
サイズ：380（スタッガード）、420
カラー：ウグイスグリーン
＊（ミケネコブラウン、ホットチョコレート、エッチングベージュ）

RITEWAY
GLACIER グレイシア
￥59,640（税抜￥56,800）
サイズ：430
カラー：グレイシアブルー
＊（貝がらホワイト）

FELT bicycles
Z100
￥94,290（税抜￥89,800）
サイズ：510、540、560、580
カラー：オレンジ
＊（ニッケル）

GT BICYCLES
TRANSEO 4.0 トランセオ4.0
￥54,390（税抜￥51,800）
サイズ：XS、S、M、L
カラー：メタリックブルー
＊（メタリックサンド）

OUTPOST DISC アウトポストディスク
￥51,240（税抜￥48,800）
サイズ：S、M、L
カラー：マットブラック／レッド
＊（シルバー／ブルー、マットブラック／ダークグレー）

＊は写真以外のカラーです。

お問い合わせ

地球を楽しくしたい
RITEWAY PRODUCTS JAPAN
ライトウェイプロダクツジャパン株式会社
東京都豊島区南池袋3-18-34 池袋 シティハイツ102
TEL 03-5950-6002 FAX 03-5956-8028 www.riteway-jp.com

ライトウェイプロダクツジャパン（株）は国際標準化機構（ISO）が定める「環境マネジメントシステム規格」ISO14001認証取得企業です。

RITEWAY